



Il Telefono d'Argento – Onlus
Via Panama, 13 – 00198 ROMA
Tel: 06.8557858 – 333.1772038
e-mail: telefonodargento@hotmail.it
sito: www.telefonodargento.it

PILLOLA PER NAVIGARE

NUMERO 136

16 luglio 2013

Qui al **Telefono d'Argento** siamo tutti molto felici di avere la possibilità di condividere quanto contenuto in questo numero della Pillola per navigare; inviata gratuitamente, è il frutto e il risultato di un lavoro fatto con amore e dedizione. Maggiori informazioni sulle attività dell'associazione *Il Telefono d'Argento* possono essere reperite raggiungendo il sito internet: www.telefonodargento.it

SIAMO GRATI!

La gratitudine, lo vediamo anche nel Vangelo, è una virtù piuttosto rara: ma noi del Telefono d'Argento sappiamo coltivarla. Sono tanti e stanno aumentando gli amici che ci aiutano ed è giusto ricordare gli ultimi che si sono aggiunti a questa lista.

*Ringraziamo per primo il **Sovrano Militare Ordine di Malta di Roma** al quale il Telefono d'Argento si è rivolto per aiutare una anziana signora malata che ha contratto un debito con una banca per sopperire alle difficoltà nel pagamento dell'affitto. Dopo aver verificato le reali difficoltà economiche in cui versa la

signora, il Gran Priore Frà Giacomo dalla Torre del Tempio di Sanguinetto, ha disposto l'erogazione della totale cifra in favore della nostra anziana amica. Sentitamente ringraziamo.

*Ricordiamo la disponibilità de **L'Antico Circolo del Tiro a Volo**. Grazie alla premura del presidente, avvocato Michele Anastasio, e della disponibilità del dottor Roberto Rèpaci siamo riusciti ad organizzare per le nostre anziane amiche, nello splendido parco del Circolo, incontri quindicinali ai quali hanno finora partecipato circa 150 persone. L'atmosfera di questi pranzi è stata calda ed accogliente ed ha dato conforto alle tante persone sole alle quali noi rivolgiamo la nostra attenzione. Grazie

*Da circa un mese il Telefono d'Argento sta svolgendo un piccolo ma significativo servizio in favore di un'altra organizzazione della Parrocchia di S. Roberto: il Servizio Aiuto Senza Tetto. Ritiriamo i prodotti cucinati di un noto ristorante e li sistemiamo nei frigoriferi della Parrocchia per essere utilizzati, il giorno dopo, per il pranzo settimanale del SAST frequentato da circa 150 – 170 persone che usufruiscono così di un pasto completo. **L'Associazione umanitaria "Luca Grisolia"** ha fatto dono al Telefono d'Argento di un congelatore per una migliore raccolta degli alimenti cucinati . Ringraziamo di cuore

IN QUESTO NUMERO DELLA PILLOLA PER NAVIGARE:

1. Appuntamenti
2. La “Pillola per navigare” – Come ingrandire la pagina
3. Le nostre ricette – Bon bon crudisti
4. Raccontaci di te – Diario di viaggio
5. Curiosità – Roma leggendaria, misteriosa, insolita e fantastica 61
6. Appmania! – Come copiare i contatti dal tuo Android

Ricordiamo che il Telefono d’Argento ha istituito un servizio telefonico **gratuito** per aiutare a superare le difficoltà nell’uso del computer.

In caso di bisogno chiamare il numero telefonico:

333.1772038

Inoltre, per chiedere chiarimenti, mandare una e-mail a:

telefonodargento@hotmail.it

Per coloro che, non ancora iscritti alla *Pillola per navigare*, desiderano iscriversi, inviare una e-mail all’indirizzo: telefonodargento@hotmail.it

oppure telefonare al **333.1772038**.

1 – APPUNTAMENTI

Il CIRCOLO CANOTTIERI SABAUDIA organizza per tutte le età e per tutta l'estate 2013

INTEGRAZIONE FAMILIARE

in un clima di amicizia e serenità – Immersi nel Parco Nazionale del Circeo.

PER INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI:

Circolo Canottieri Sabaudia: info@canottieri.sabaudia.it tel. 0773-510092

Il giovedì alle ore 17.30 Parrocchia di San Roberto Bellarmino – Piazza Ungheria

Pomeriggio nel terrazzo

Per informazioni: 06.8557858

Tutti i Martedì e i Venerdì dalle ore 17.00 alle 19.00 – Parrocchia S. Maria della Mercede - Via Basento, 100: "Per stare insieme"

Per maggiori informazioni: Tel. 06 88 40 353

Tutti i Lunedì e i Martedì dalle ore 17.00 alle 19.00 – Parrocchia Sacri Cuori di Gesù e Maria "Venite a trovarci"

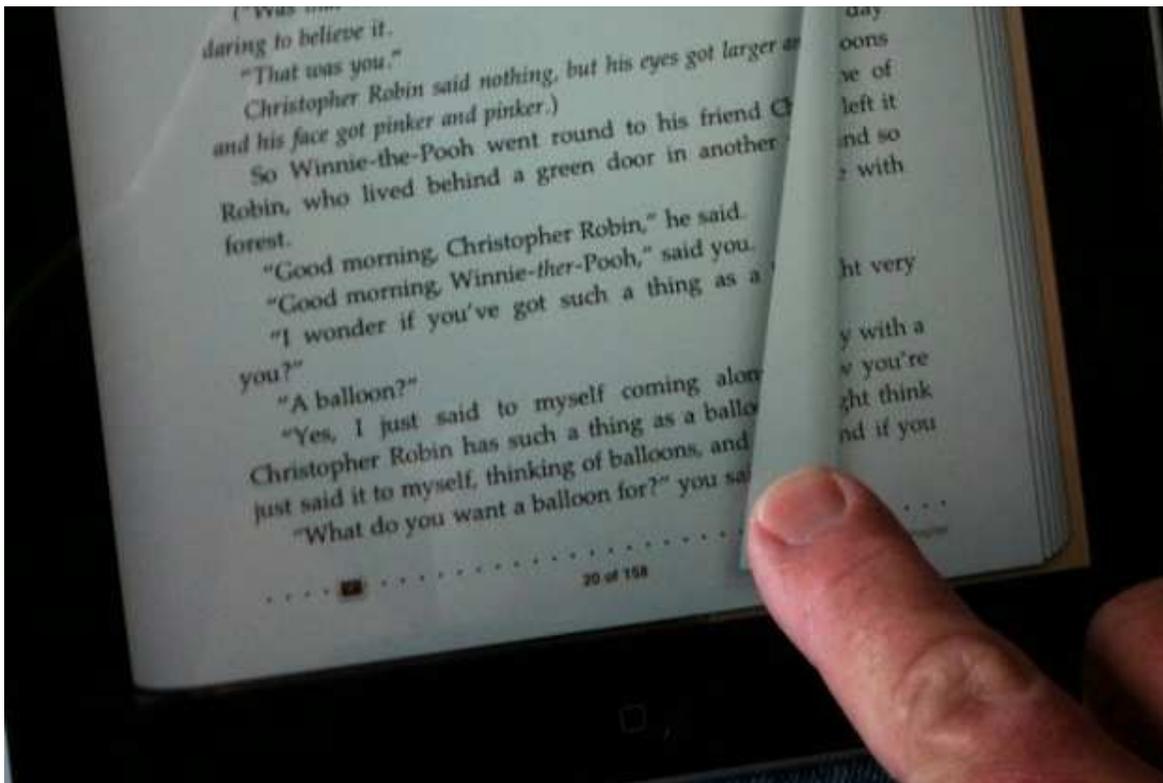
Per maggiori informazioni: Tel. 06 8621 0008

2 - LA PILLOLA PER NAVIGARE

Come ingrandire la pagina

Fai fatica a leggere i testi di alcuni siti Web perché li vedi troppo piccoli sullo schermo del tuo notebook? Vorresti poter **zoomare** il dettaglio di una pagina Web, come se usassi una lente d'ingrandimento, ma non sai come fare?

Come dici? È da poco che hai iniziato ad usare il PC e non hai ancora molta dimestichezza con questo genere di argomenti? E va bene, ci hai convinto. Oggi spiegheremo **come ingrandire la pagina** di qualsiasi sito Web con qualsiasi browser. Sono sicuro che rimarrai meravigliato da quanto è semplice...



Se vuoi **ingrandire la pagina** di un qualsiasi sito Web senza troppi fronzoli, sappi che tutti i principali browser integrano una funzione di zoom che permette di aumentare o diminuire le dimensioni delle pagine visualizzate con estrema facilità (immagini comprese).

A seconda se preferisci usare di più il mouse o la tastiera nelle tue navigazioni sul Web, puoi ingrandire le pagine Internet in **Chrome**, **Firefox** ed **Internet Explorer**

tenendo premuto il tasto **Ctrl** della tastiera e muovendo in avanti la **rotellina del mouse** oppure premendo il tasto + della tastiera stessa. Per diminuire lo zoom, basta usare il tasto - o spostare la **rotellina del mouse** indietro mentre si tiene premuto **Ctrl**, invece per riportare la pagina alle sue dimensioni originali basta premere **Ctrl+0**.

Se utilizzi un notebook abbastanza recente, puoi aumentare il livello di zoom delle pagine Web anche usando le gesture del **trackpad**. Devi fare come se stessi usando un touch-screen ed allargare pollice ed indice per fare il classico pinch-to-zoom.

Se c'è qualcosa che vuoi approfondire, chiedi chiarimenti inviando una e-mail a:

telefonodargento@hotmail.it o telefona al **333.1772038**.

3 – LE NOSTRE RICETTE

Ecco lettura e ricetta presentati mercoledì passato al corso di

CUCINA CRUDISTA CREAT^TIVA SULLA SCIA DELLA BIBBIA

Salmo 104, 14-15

Egli fa germogliare l'erba per il bestiame,
le piante per il servizio dell'uomo;
fa uscire dalla terra il nutrimento:
il vino che rallegra il cuore dell'uomo,
l'olio che gli fa risplendere il volto
e il pane che sostiene il cuore dei mortali.

Bon bon all'uvetta



Ingredienti x 20 bon bon piccoli

125 gr di uvetta

200 gr di mandorle al naturale (non tostate e non salate)

qualche cucchiaino di cocco in scaglie crude

un cucchiaino di cacao amaro crudo

Preparazione

Ammollare l'uvetta per almeno 1 ora in acqua tiepida.

Versare intanto il cocco in scaglie in un piattino.

Trascorso questo tempo, frullare l'uvetta prima da sola, e poi aggiungere le mandorle e frullare fino a che non risulti un composto compatto che tende a staccarsi dalle pareti del frullatore.

Prelevare piccole quantità di composto, lavorarle con le mani fino ad ottenere una pallina, rotolarla nella farina di cocco e riporla su un piatto.

Continuare così fino a quando il composto non sarà terminato.

Terminare spolverizzando con cacao amaro.

Possono essere servite immediatamente, oppure si possono tenere in frigo, anche per qualche giorno, tirandole fuori un'ora prima di servirle

Cosa ne pensi? Invia i tuoi commenti al seguente indirizzo di posta elettronica:

telefonodargento@hotmail.it

4 - RACCONTACI DI TE

Diario di Viaggio

Quattordicesima giornata - 2 Giugno: Falconara e Licata

Allora è deciso: oggi si va al mare !!

Ormai la statale 117bis accompagna quotidianamente le nostre vacanze, questa volta però in direzione Gela; qui giunte, mantenendoci sul lungomare, facciamo finta di non vedere a Est il Petrolchimico e ci buttiamo verso Falconara e Licata. SMS di saluto a Angelo che abita proprio a Gela e che ci augura una buona giornata di mare. Dopo rampa autostradale che finisce nel nulla a 200 metri, dopo consueta inversione a U e dopo precise e dettagliate istruzioni da un giovane col cagnolino, riusciamo finalmente a uscire da Gela. A Falconara parcheggiamo all'ombra di un grande edificio in riva al mare che risulta essere l'hotel Lido degli

Angeli, dove è in corso una maratona di 12 ore di tango. Alla ricerca di una toilette, entro nel salone della maratona sulle note di Piazzolla. La pista è gremita. Se ci fosse qui Marco ci faremmo sicuramente un giro di pista, magari tutto a passo base, nostra specialità.

L'affollamento delle maratonete alla toilette mi fa venire in mente quel film anni '60 di Sidney Pollack con Jane Fonda: Non si uccidono così anche i cavalli? ma non credo che qui alla fine si ammazzerà nessuno.

Il mare è arrabbiato e il vento scuote le palme sulla riva. Raccogliendo conchiglie arriviamo al promontorio su cui sorge il Castello; qui la spiaggia termina e dobbiamo ripiegare su una stradina interna perchè tutto il promontorio è occupato da un Resort con centro benessere e spiaggia privata. Anche il Castello, pur indicato dalla segnaletica stradale, è di proprietà privata del Barone e della Baronessa Bordonaro che stanno a Palermo. SIC!

Ieri sera Francesco ha suggerito a Tiziana La Madia, ristorante segnalatissimo di Licata. Riusciamo a raggiungerlo, ma è completo. E ora, alle 14,00 dove andiamo ? Facciamo ricorso ancora una volta all'aiuto di Fausto che, interpellati telefonicamente i suoi amici Licatesi, mi richiama con l'indicazione di Piccola Sorrento (vedi Appendice), pesce fresco assicurato, locale periferico un po' lontano, ma vale la pena. Come arrivarci? No problem! Arriva in nostro soccorso una potente motocicletta con maglietta rossa e occhi celesti. Brum brum, ci scorta a destinazione.

Valeva proprio la pena !

Quindicesima giornata - 3 Giugno : Enna e poi aeroporto di Catania.

Enna ci accoglie con la scritta a caratteri cubitali: Enna umbilicus mundi.

Con il portabagagli della nostra Fiat Punto stipato di valige e borse, ci

azzardiamo a lasciare la macchina nella piazza del Castello di Lombardia. Da lì, a 990 metri sul livello del mare, con vista panoramica a 360 gradi hai veramente la sensazione di essere nel centro della Sicilia, cosa che in età Federiciana significava davvero essere al centro del mondo. Sguardo all'Etna lontano, ai campanili della città e a Calascibetta che si affaccia come ad un balcone sulla collina di fronte, a distanza ravvicinatissima.

Fotografiamo la Piazza Garibaldi che conserva su tutti i quattro lati importanti edifici in stile Littorio, testimonianza particolare del Ventennio.

Ancora una volta, la Guida Lonely Planet non si smentisce raccomandando un ristorante che si rivelerà ottimo: l'Antica Hostaria (vedi Appendice).

E' ora di partire. Salutiamo Calascibetta, questa volta scendendo dalla strada per Catania, poi siamo davvero agli sgoccioli di questo lungo e interessantissimo viaggio. L'Etna ci segue fino all'ultimo. Dalla scaletta dell'aereo al Fontanarossa di Catania, la sua sagoma nera ci dice di ritornare. E' il distacco.

Ciao Sicilia!

Quanti altri distacchi riaffiorano alla mente, forse più struggenti, per l'età e per le circostanze: allora si veniva e si tornava col treno. Quando il traghetto si allontanava dal porto di Messina passando davanti al cippo della Madonnina dorata, VOS ET IPSAM CIVITATEM BENEDICIMUS , a mano a mano che il profilo della città si allontanava, riconoscevo tutti gli edifici e li indicavo, prima a papà, poi nel tempo a Tiziana e dopo ancora a Marco: “quello giallo è l'hotel Jolly, lassù c'è la chiesa di Montalto e quella è la cupola del Cristo Re. Ormai si vede solo Punta Faro col lago di Ganzirri”. A questo punto la gola si chiudeva e non potevo proseguire.

Oggi è un addio più soft. In questo momento non ci sono passioni che mi facciano tremare il cuore.... ma, come dice Battiato, i desideri non invecchiano quasi mai con l'età... C'è quel “quasi” che fa la differenza, chissà quale sarà il mio caso ??? Intanto, oggi, c'è stata la grande emozione di questo viaggio, il grande desiderio di raccontarlo e il piacere di dividerlo con i miei amici. Questa occasione non l'ho perduta !!

La stagione dell'amore / viene e va / i desideri non invecchiano / quasi mai / con l'età Se penso a come ho speso male / il mio tempo / che non tornerà / non ritornerà / più...

La stagione dell'amore / viene e va
all'improvviso senza accorgerti / la vivrai / ti sorprenderà
Ne abbiamo avute di occasioni / perdendole / non rimpiangerle /
non rimpiangerle / mai

Ancora un altro entusiasmo / ti farà / pulsare il cuore /

Nuove possibilità / per conoscersi
e gli orizzonti perduti / non si scordano / mai

La stagione dell'amore / tornerà / con le paure e le scommesse / questa volta /
quanto durerà

Se penso a come ho speso male / il mio tempo / non tornerà / non ritornerà / più

Mando il grande abbraccio della Sicilia a tutti.

Leslie

Invia anche tu la tua storia a questo indirizzo:

telefonodargento@hotmail.it

Se invece preferisci raccontare la tua storia, noi la scriveremo per te; chiama il numero **333.1772038.**

5 – CURIOSITA'

Roma leggendaria, misteriosa, insolita e fantastica – 61

Luoghi dove innamorarsi a Roma per tutta la vita

Roma città di storia, bellissima e piena d'arte. Dimentichiamo qualcosa? Sì. Roma è anche una città straordinariamente romantica, ricchissima di luoghi e di storie d'amore.

C'è spazio per i posti noti e per quelli meno noti. E anche per quelli conosciuti da tutti ci sono tante storie e particolari spesso dimenticati che vale la pena ricordare. Il Pincio, per esempio, il belvedere più famoso di Roma, meta tradizionale per le coppie d'innamorati, con le sue terrazze, i suoi camminamenti, le sue panchine ombreggiate, ma anche con i monumenti a cui spesso non si presta attenzione, come l'obelisco di Antinoo, voluto dall'imperatore Adriano per ricordare il suo giovane amante, morto nelle acque del Nilo.

Altri luoghi invece passano inosservati per la presenza ingombrante di monumenti più conosciuti. Uno di essi è la Fontanina degli innamorati: posta sul lato destro della Fontana di Trevi, la Fontanina è costituita da due getti d'acqua che sgorgano da una parete scabra e si incontrano insieme nella stessa vasca: niente di più

allegorico. Tradizione vuole che i fidanzati che bevono insieme alla fontana abbiano in premio fedeltà eterna.

Via del Babuino e la storia d'amore di Franz Liszt, o Massimo D'Azeglio a Palazzo Ruspoli. Ma ci sono anche tante leggende, aneddoti, antiche ritualità come la processione delle 'zitelle' al Tempio di Giunone o la scala dell'Aracoeli che un tempo veniva percorsa in ginocchio dalle nubili in cerca di marito.

Tanti luoghi per vedere Roma sotto una lente diversa, quindi, oltre a un invito a guardare al dettaglio, un itinerario sentimentale alla riscoperta della storia e delle storie di posti dove i riti dell'amore e della seduzione vanno avanti da secoli. Attendere un bacio, un abbraccio, un istante. Attendere l'ora perfetta, quando tutto sembra buio ma non del tutto. Osservare Roma così, sensuale come solo lei sa essere alle prime luci della sera...



Mike R. @ Photographer 2010

E il tuo luogo d'amore a Roma dove è?

6 – APPMANIA

Come copiare i contatti del tuo Android

Nella memoria del nostro smartphone archiviamo di tutto: immagini, conversazioni, appuntamenti e numeri di telefono dei nostri amici, arricchiti...



Nella memoria del nostro smartphone archiviamo di tutto: immagini, conversazioni, appuntamenti e numeri di telefono dei nostri amici, arricchiti da una lunga serie di informazioni come email e compleanni. È importante quindi imparare a gestire la rubrica qualora decidessimo di cambiare dispositivo o per evitare di perdere tutti i numeri in caso di smarrimento del cellulare. Nello specifico in questo post ci rivolgiamo ai possessori di uno smartphone Android per risolvere due spinose questioni che rispondono a due necessità differenti:

1) Come copiare i contatti dalla memoria dell'Android alla SIM: per chi utilizza più di un cellulare e vuole avere sempre con sé, in ogni dispositivo, i numeri telefonici.

2) Come eseguire il backup della rubrica del nostro Android in una scheda SD (una memoria estraibile dal cellulare): per i più previdenti e per avere una copia della rubrica su computer o su un altro dispositivo.

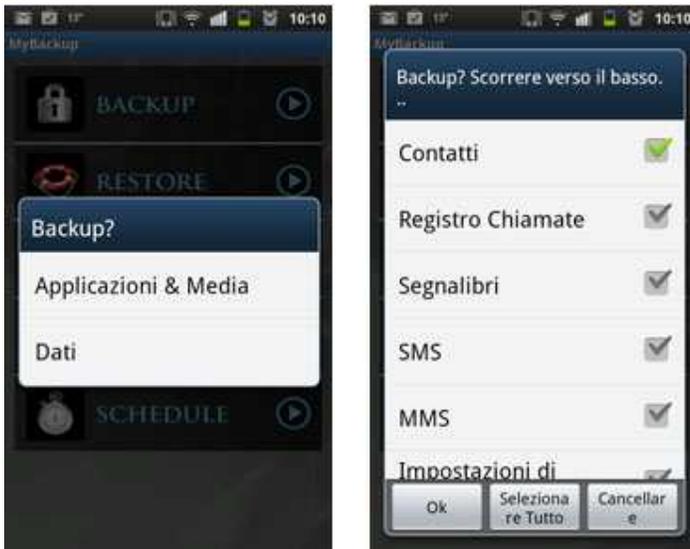


I cellulari Android prevedono la possibilità di copiare, **importare o esportare i numeri di telefono dalla SIM alla memoria del telefono** e viceversa. La procedura è semplicissima! Basta entrare nella rubrica, selezionare dal menu Impostazioni il comando **Importa-Esporta** e scegliere l'opzione **Esporta su scheda SIM**.

La capacità di memoria di una scheda SIM però non è illimitata: riuscirai a salvare **al massimo 200 contatti** circa da portare sempre con te su qualsiasi cellulare. Con questa procedimento, inoltre, salverai esclusivamente il numero di telefono del contatto, perdendo eventuali informazioni associate.

Se volessi invece **eseguire un backup completo della tua rubrica** per salvare poi la cartella su un altro cellulare o per tenerla sempre al sicuro su un computer o disco esterno, puoi utilizzare delle applicazioni apposite. Una di queste è [**MyBackup**](#), un programma dall'interfaccia chiara e intuitiva. Basta cliccare sulla

voce **Backup** del menu principale, selezionare le informazioni che desideri salvare, scegliere la destinazione (SD Card) e avviare il comando di backup.



Collegando poi il cellulare al computer potrai copiare la cartella /sdcard/external_sd dal tuo cellulare all'hard disk del computer e i tuoi numeri saranno salvi!

Ricorda di eseguire un backup periodico dei dati del tuo smartphone: è la soluzione più efficace per non perdere le preziose informazioni che ogni giorno archivi sul tuo telefono.

IL TELEFONO D'ARGENTO HA BISOGNO DEL TUO 5 PER MILLE

Anche quest'anno nella denuncia dei redditi, come sai, c'è la possibilità di dare **gratuitamente** il tuo 5 per mille al Telefono d'Argento.

La “Pillola per Navigare” fornisce settimanalmente, ad alcune centinaia di amici che hanno frequentato i nostri corsi di computer, informazioni notizie curiosità ed ha soprattutto lo scopo di creare una rete di amicizia sempre più ricca e coinvolgente.

***Il Cinque per Mille non costa nulla;**

*Controlla che il tuo Commercialista versi il Cinque per Mille al Telefono d'Argento;

*Chiedi a parenti e amici di sostenere il Telefono d'Argento con il loro 5 per Mille;

*Basta mettere solo il numero del Codice Fiscale del Telefono d'Argento
C.F. 97335470585

Il Telefono d'Argento – Onlus.

Via Panama, 13 – 0198 ROMA

Tel. 06.8557858 – 338.2300499

Indirizzo e-mail: telefonodargento@hotmail.it

Sito Internet: www.telefonodargento.it

SE DESIDERI NON RICEVERE PIU' QUESTO MESSAGGIO dal titolo "PILLOLA PER NAVIGARE", trasmesso dall'Associazione Il Telefono d'Argento – Onlus", INVIA, PER FAVORE, UNA E-MAIL AL SEGUENTE INDIRIZZO ELETTRONICO:

telefonodargento@hotmail.it

oppure chiama il [333.1772038](tel:333.1772038).

BUONA SETTIMANA dal Telefono d'Argento